سلسلة مطبخ العروس للطبخ العالمي

الأسماك



إعداد وتنفيذ: إفتخار عدنان الهندي

دار ابن حزم



الجمبري المقلي

«حديثة»

المقادير

- ½ كيلو جمبري كبير
- ١ ملعقة صغيرة ملح
- ١ ملعقة كبيرة جمبري مجفف
- ½ ملعقة صغيرة ملح صيني
- ٢ فص ثوم
- ١ ملعقة كبيرة خل أسود
- ١ كوب نشا
- ٢ بيض

طريقة العمل

١ - ينظف الجمبري من الحبل الترابي ثم يدق الجمبري المجفف ثم يدق الثوم والملح والملح الصيني ويتبل الجمبري بالثوم والجمبري الناعم والخل ويترك لمدة ½ ساعة تقريباً.

٢ - ثم تغمس حبات الجمبري بالنشا وتترك قليلاً، ثم يخفق البيض وتغمس فيه حبات الجمبري أيضاً ثم تغمس بالنشا مرة أخرى ويحمر في زيت ساخن ثم يوضع على ورق نشاف ويقدم ساخن.



روبيان مجفف بالطماطم

«إندونيسيا»



طريقة العمل

١ - ينقع الروبيان في ماء دافيء لمدة ½ ساعة ثم يصفى ثم ينزع الحبل الترابي من الظهر إن وجد.

٢ - يوضع الطماطم في ماء مغلي لمدة ١٠ دقائق. ويفرم البصل ناعم ويسخن الزيت ويضاف إليه البصل ويقلب إلى أن يصفر.

٣ - يدق الثوم مع الملح والفلفل الأسود والأحمر ويضاف إلى البصل ويقلب وتقشر الطماطم أثناء التقليب. وتقطع إلى قطع صغيرة بدون البذور ثم تضاف إلى البصل مع الصلصة وتقلب قليلاً ثم يضاف الروبيان ويترك على نار هادئة لمدة ١٠ دقائق ويغطى القدر وبعد التخشع يسكب في طبق التقديم مع الأرز الأبيض.

المقادير

- ½ كيلو روبيان مجفف
- ٣ فصوص ثوم
- ٨ حبات طماطم
- ١ فلفل أحمر حار
- ١ ملعقة كبيرة صلصة الطماطم
- ¼ كوب زيت نباتي
- ١ ملعقة صغيرة ملح
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- ١ بصل



الجمبري بالأناناس
«الصين»

المقادير

- ١ حبة أناناس طازجة
- ١ ملعقة كبيرة خل التفاح
- ١ كوب جمبري
- ٢ ملعقة كبيرة سكر ناعم
- ١ كوب كاجو غير مملح
- ½ كوب كريمة خفق
- ١ ساق كرفس
- ١ بيضة
- ½ ليمونة

طريقة العمل

١ ـ يقطف الجمبري وينزع العرق الترابي من الظهر ثم يسلق لمدة دقيقتين ثم يصفى ويترك ليبرد.

٢ ـ تقطع حبة الأناناس إلى نصفين بالطول ثم يفرغ نصف واحد من الوسط بحيث يبقى بسماكة ١سم تقريباً، ويقطع الأناناس المنزوع إلى مكعبات ١سم × ١سم ويترك الوسط القاسي ويحمص الكاجو بمقدار ١ ملعقة كبيرة زيت نباتي ثم يقطع الكرفس إلى مكعبات وتضاف المقادير (مكعبات الأناناس والكرفس والكاجو) إلى الجمبري ويضاف عصير



الليمون ويقلب الجميع ويغطى ثم يوضع في الثلاجة ليبرد.

٢ـ تخفق البيضة في زبدية صغيرة ويضاف إليها السكر والخل وتوضع الزبدية في حمام مائي (زبدية أكبر ممتلئة إلى الربع ماء) وتوضع زبدية البيض فيها وترفع على نار هادئة ويقلب لمدة دقيقتين ثم يرفع عن النار ويترك ليبرد ثم يوضع خليط الجمبري في الأناناس المفرغة. تخلط الكريمة وتضاف إلى البيضة المخفوقة وتوضع على وجه خليط الجمبري ويقدم بارداً.



الجمبري بالكاري

«الهند»





- ١ كيلو جمبري كبير
- ¼ كوب كاجو غير مملح
- ٣ بصل كبير
- ١ ملعقة صغيرة ملح
- ٣ حبات طماطم
- ¼ كوب زيت نباتي
- ½ ملعقة صغيرة كاري
- ٥ فصوص ثوم
- ١ ملعقة صغيرة بهار مشكل
- ١ قطعة زنجبيل طازجة ٢ × ٢ سم
- ½ ملعقة صغيرة كزبرة جافة
- ١ كوب حليب جوز الهند سائل
- ½ ملعقة صغيرة كمون
- ½ ربطة كزبرة خضراء
- ٢ ملعقة صغيرة فلفل أحمر بودرة

طريقة العمل

١ - ينظف الجمبري من الحبل الترابي في الظهر ويغسل ويصفى وتوضع حبات الطماطم في ماء مغلي لمدة ٥ دقائق ولسهولة التقشير تقطع قليلاً برأس السكين على شكل × ثم تقشر وتنزع البذور وتقطع إلى قطع صغيرة ثم يفرم البصل ناعم ويسخن الزيت ويضاف إليه البصل إلى أن يذبل قليلاً.

٢ - يدق الثوم والزنجبيل ويضاف للبصل مع الكاجو ويقلب لمدة ١ دقيقة ثم يضاف الجمبري ويقلب الجميع إلى أن يجف الماء الناتج ثم تضاف الطماطم والملح والكاري والبهارات ويقلب الجميع ثم يغطى القدر ويترك على نار هادئة وقبل النضج بقليل يضاف حليب جوز الهند ويترك يغلي قليلاً ثم يسكب في طبق التقديم ويزين الطبق بالكزبرة المفرومة.

بروست الجمبري بالبقدونس

«حديثة»



طريقة العمل

١ - ينظف الجمبري من الحبل الترابي في الظهر ويؤخذ مقدار ١ كوب جمبري ويضاف إليه التوست مقطع إلى قطع صغيرة ويفرم البقدونس وتقطع البصلة إلى قطع صغيرة ويضاف إلى الجمبري مع البقدونس.

٢ - يطحن الجمبري في خلاط الكبة ثم يضاف إليه مقدار $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة ملح و$\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة فلفل أسود ويعجن الجميع جيداً.

٣ - يتبل باقي الجمبري بمقدار ١ ملعقة صغيرة ملح وتقطع حبات الجمبري إلى النصف بخليط الجمبري المطحون ويضغط عليه باليد قليلاً حتى يتماسك مع الجمبري ويسوى على شكل ذيل الجمبري على قدر المستطاع ويترك قليلاً ثم يغمس في الدقيق ثم في البيض ثم في البقسماط ويترك لمدة ١٠ دقائق حتى يجف البقسماط قليلاً.

٤ - تحمر القطع في زيت ساخن وفي مقلاة عميقة ثم يوضع على ورق نشاف ويرص في طبق التقديم ويقدم ساخن مع السلطات والبطاطس المحمرة.

المقادير

- ١ كيلو جمبري كبير
- $\frac{1}{2}$ كوب دقيق
- ١ قطعة توست أو لب خبز صامولي
- ١ كوب بقسماط
- ١ بصلة
- ٣ بيض
- $\frac{1}{2}$ ربطة بقدونس
- ١ $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة ملح
- $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة فلفل أسود

الأستكوزا بعجين الرقائق

«فرنسا»



المقادير

- ٤ حبات أستكوزا صغيرة أو ٢ كبيرة
- ½ كوب دقيق
- ١ بصلة متوسطة
- ١ باكيت عجين رقائق
- ½ علبة فطر شرائح
- ½ كوب كريمة
- ½ كوب خضار مشكلة
- ¼ ملعقة صغيرة بهار مشكل
- ٣ فصوص ثوم
- ١ ملعقة صغيرة ملح
- ٥ ملاعق كبيرة زيت نباتي
- ½ ملعقة صغيرة كزبرة جافة
- ¼ ملعقة صغيرة مستردة

طريقة العمل

١ - يترك العجين خارج الثلاجة حتى يذوب الثلج ثم ينزع لحم الأستكوزا وذلك بقص الأستكوزا من المنتصف ثم يرفع اللحم منها ويقطع إلى مكعبات صغيرة وتفرم البصلة ناعم ويسخن الزيت ويضاف إليه البصل ويقلب حتى يذبل قليلاً.

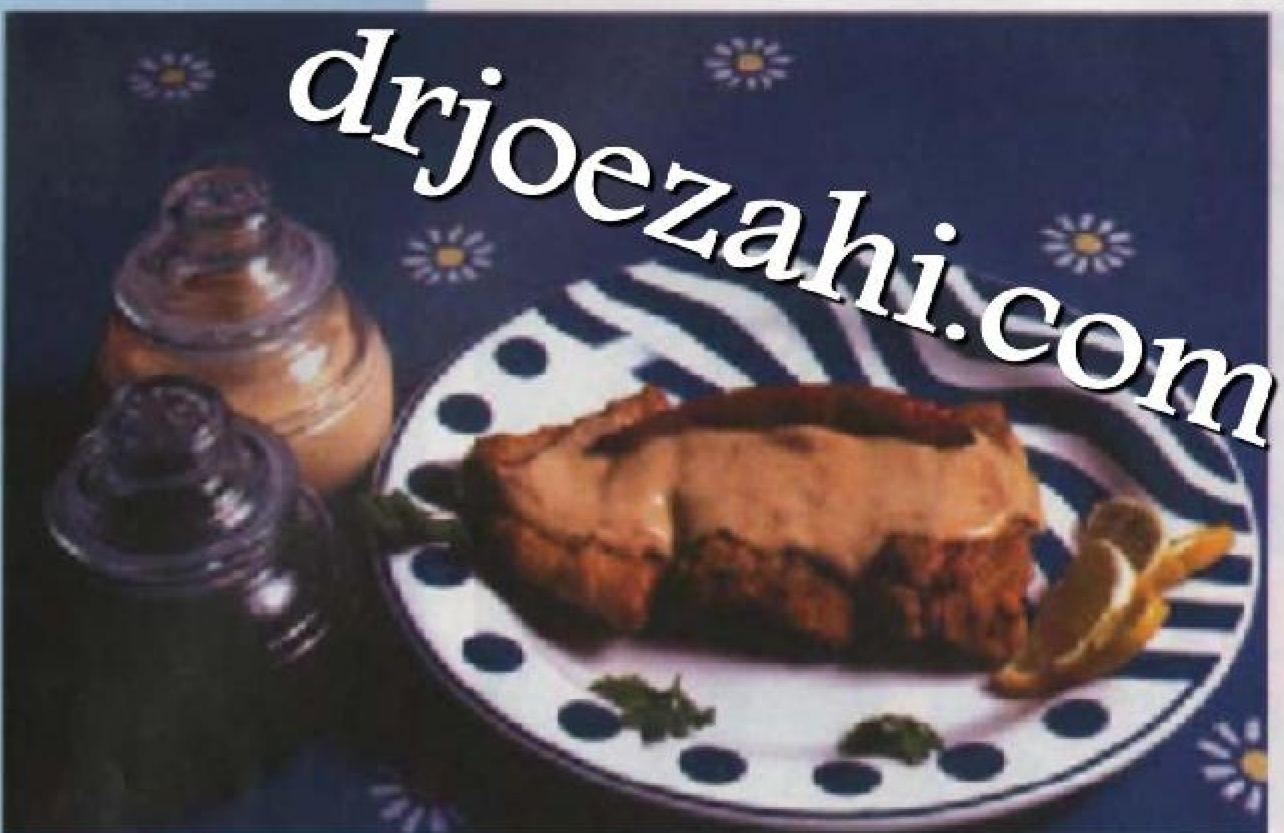
٢ - يدق الثوم ثم يضاف للبصل ويقلب لمدة دقيقة ثم تضاف قطع الأستكوزا وتقلب قليلاً ثم تضاف الخضار والفطر ويضاف الملح والبهار والمستردة ويستمر في التقليب إلى أن تنضج الخضار والأستكوزا ثم يرفع عن النار ويترك حتى يبرد.

٣ - يفرد العجين بالدقيق بسماكة ١سم وتقطع إلى دوائر بقطر ٧سم ثم تقطع نصف الدوائر من الوسط بدوائر صغيرة ليصبح لدينا دوائر على شكل حلقات ثم ترص كل الدوائر في صينية الفرن وتوضع الصينية في الفرن حتى تأخذ اللون الذهبي وتترك لتبرد.

٤ - توضع الدوائر المفرغة على الدوائر الكاملة وتملأ بالأستكوزا والخضار وترص في طبق التقديم ويضاف مقدار ١ ملعقة كبيرة كريمة على كل دائرة ويقدم بارد.

السمك بصلصة الخردل
«أمريكا»





المقـــادير

- ٤ شرائح كبيرة سمك
- ١ ليمونة
- ١ ملعقة صغيرة ملح
- ½ كوب دقيق
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أبيض
- ½ ملعقة صغيرة كمون
- ½ ملعقة صغيرة كزبرة جافة
- ½ كوب صلصة الخردل (طريقتها موضحة في قسم المقبلات)

طريقة العمـل

١ - يذوب ١ ملعقة كبيرة من الدقيق في ٢ كوب ماء ويغسل به السمك ثم يشطف بالماء وذلك لإزالة رائحة السمك، ثم يقطع السمك إلى قطع ١٠ × ١٠ سم تقريباً أو حسب الذوق.

٢ - تتبل القطع بالملح والبهارات والليمون ثم تترك لمدة ½ ساعة على الأقل لتتبل بالبهارات والليمون، ثم تغمس القطع بالدقيق وتحمر في زيت ساخن.

٣ - توضع القطع على ورق نشاف وترص في طبق التقديم ويضاف عليها صلصة الخردل بالملعقة حسب المقدار المرغوب فيه.



لفافات السمك بالجمبري

«فرنسا»

المقادير

- ٦ شرائح سمك بطول ٢٠ سم تقريباً
- ٣ ورقات غار
- ٢ ساق كرفس
- ١ سمكة صغيرة هامور
- ١ بصلة
- ١ كوب جمبري
- ١ ملعقة صغيرة ملح
- ¼ ربطة كزبرة خضراء
- ¼ ملعقة صغيرة فلفل أبيض
- ¼ ربطة بقدونس
- ¼ ملعقة صغيرة كمون
- ١ إصبع زبدة ١١٢ جم
- ٢ حبة جزر
- ٥ ملاعق كبيرة دقيق
- ٦ أعواد خلة (أعواد أسنان)
- ¼ كوب كريمة

طريقة العمل

١ - ينزع الجلد والعظم والرأس من السمكة الصغيرة وينزع الحبل الترابي من الجمبري، ثم يفرم البقدونس والكزبرة و١ ساق كرفس والبصلة ناعم.

٢ - تقطع السمكة إلى قطع صغيرة ثم تفرم مع الجمبري والخضراوات المفرومة في ماكينة الكبة ثم يضاف إليها ½ ملعقة صغيرة ملح و¼ ملعقة صغيرة كمون ويعجن الخليط مع بعض ثم يوضع مقدار ٢ ملعقة كبيرة من الحشوة على طرف شريحة السمك وتلف الشريحة على الحشوة وتثبت بعود خلة.

٣ - يقطع الجزر والكرفس إلى حلقات ويوضع مقدار ٣ أكواب ماء في قدر ذو حافة مرتفعة قليلاً ويوضع به حلقات الجزر



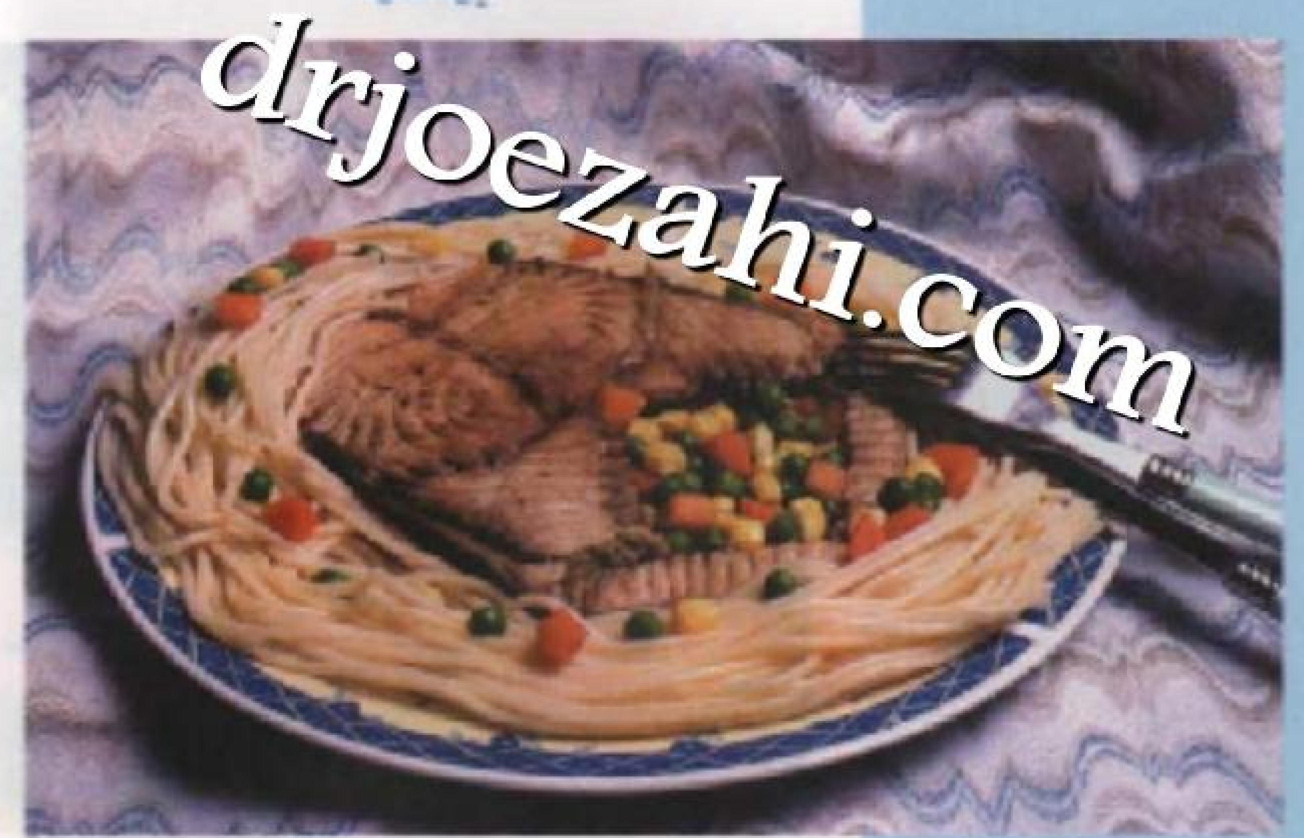
والكرض وعظم السمكة والرأس ليعطي المرق طعم مميز ثم يوضع القدر على النار لمدة ١٠ دقائق بعد أن يغلي ويضاف إليه ورق الغار و$\frac{1}{4}$ إصبع زبدة ثم توضع لفافات السمك بشكل عامودي في القدر مع الخضار ويترك على النار لمدة ١٠ دقائق أو حتى ينضج السمك.

٤ - ترفع لفافات السمك من المرق وتوضع في طبق التقديم، ويسخن $\frac{1}{4}$ إصبع الزبدة الباقي ويضاف إليه الدقيق ويقلب قليلاً ثم يضاف إليه مقدار من مرق السمك والخضار بعد أن تصفى وتضاف الكريمة أيضاً و$\frac{1}{4}$ ملعقة صغيرة ملح و $\frac{1}{4}$ ملعقة صغيرة فلفل أبيض ويترك يغلي قليلاً ثم يضاف إلى لفافات السمك في طبق التقديم.

hane

سمك الديرَك بالخضار

«إيطاليا»





المقادير

- ٤ قطع سمك الديرك أو سالمون
- ½ كيلو خضار مشكلة مثلجة
- ١ ملعقة صغيرة ملح
- ½ ملعقة صغيرة كمون
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أبيض أو أسود
- ½ كوب خل التفاح
- ٢ فص ثوم
- ١ بصلة
- ٣ ملاعق كبيرة زيت نباتي

طريقة العمل

١ - تغسل قطع السمك وتصفى ثم يدق الثوم مع الملح والبهارات ثم يضاف إليه الخل وتتبل قطع السمك بالخليط وتترك لتتبل لمدة ½ ساعة على الأقل.

٢ - تفرم البصلة ناعماً وتقلب بالزيت إلى أن تذبل ثم يضاف إليها الخضار المشكلة وتقلب مع البصل لمدة ١٠ دقائق أو تترك على نار هادئة إلى أن تنضج.

٣ - توضع قطع السمك مع التتبيلة في صينية الفرن وتوضع الصينية في الفرن لمدة ½ ساعة أو تحمر كل قطعة على الوجهين بمقدار ١ ملعقة كبيرة زيت نباتي ثم توضع القطع في طبق التقديم وتوضع حولها الخضار وتقدم ساخنة.

كفتة السمك

«مصرية»



طريقة العمل

١ - تسلق حبة البطاطس وينزع الجلد والعظم من السمك ويسلق مع ورق الغار لمدة ساعة ثم يرفع السمك من المرق، ثم يفرم البقدونس والكزبرة والبصل والثوم وتقطع حبة البطاطس إلى مكعبات.

٢ - توضع الخضار مع السمك والبطاطس في ماكينة الكبة لتصبح عجينة من السمك والخضراوات ثم يضاف إليه الملح والكمون والبهار المشكل.

٣ - يكور السمك إلى كريات أو أقراص حسب الذوق، ويخفق البيض وتغمس الكريات في البيض وتوضع في البقسماط وترص في الصينية، ثم تحمر في زيت عميق وترفع من الزيت وتوضع على ورق نشاف.

٤ - ترص الكريات في طبق التقديم ويقدم معها البطاطس المحمر ومخلل وسلطة، ويمكن أيضاً عمل الكفتة ببواقي السمك المقلي بعد قليه بيوم وبعد نزع الجلد والعظم.

المقادير

- ١ كيلو سمك هامور أو ناجل أو كنعد
- ٢ كوب بقسماط
- ١ حبة بطاطس كبيرة
- ١/٢ ملعقة صغيرة كمون
- ٢ فص ثوم
- ١/٤ ملعقة صغيرة بهار مشكل
- ١ بصلة كبيرة
- ٢ ورق غار
- ١/٢ ربطة بقدونس
- ١ ملعقة صغيرة ملح
- ١/٢ ربطة كزبرة خضراء
- ٢ بيض

تمبورا الأسماك المقلية بالخضار

«اليابان»







المقادير

- ٢ شريحتين كبيرة سمك هامور أو ناجل
- ½ كيلو جمبري كبير
- ٣ حبات فطر كبير
- ١ حبة فلفل رومي أخضر، أصفر، أحمر
- ١ بصلة كبيرة
- ١ حبة باذنجان كبيرة
- ١ قطعة زنجبيل طازج ١سم
- ١ ملعقة كبيرة ملح
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أبيض
- ١ حبة فجل أبيض
- ٢ صفار بيض
- ٢ أكواب دقيق

طريقة العمل

١ - ينظف الجمبري من الحبل الترابي مع الاحتفاظ بقشرة الذيل، ويقطع السمك إلى أصابع ويتبل بالملح والفلفل ويقطع الفلفل الرومي والفطر إلى أرباع، وينزع الجزء المقلي من الباذنجان لكثرة البذور فيه وتكون غالباً مُرة.

٢ - يقطع الفلفل الرومي والفطر والباذنجان إلى أصابع طولية، وتقطع البصلة إلى حلقات بعرض ١سم، ثم يخفق صفار البيض ويضاف إليه قليل من الملح وقليل من البهار ومقدار ¾ ٢ كوب ماء ثم يضاف ٢ كوب دقيق بالتدريج مع التحريك المستمر إلى أن يصبح غليظ القوام ويمكن زيادة الماء إذا كان الخليط غليظ جداً ويترك جانباً.

٣ - تغمس أصابع السمك في الدقيق ويمسك الجمبري من



النيل ويغمس في الدقيق وتغمس الخضراوات أيضاً في الدقيق.

٤ - يسخن الزيت في مقلاة عميقة ثم تغمس أصابع السمك في خليط البيض والدقيق وتحمر في الزيت ثم يغمس الجمبري في الخليط ويحمر في الزيت ثم تغمس الخضراوات في الخليط وتحمر في نفس الزيت ثم يؤخذ باقي الخليط بالملعقة الصغيرة وتوضع في الزيت حتى تتحمر ثم يوضع على ورق نشاف.

٥ - تعمل صلصة الداشي: تذوب بودرة السمك في مقدار ٢ أكواب ماء مغلي وتضاف أعواد الكمبو أو القرفة ويوضع على نار هادئة ثم تضاف صلصة الصويا والصلصة الحلوة ثم يرفع عن النار ثم يبشر الزنجبيل والفجل ويضاف إلى الصلصة عند التقديم، ويوضع السمك والجمبري والخضار في طبق التقديم ويقدم معه صلصة الداشي.

مقادير صلصة الداشي

١ ملعقة كبيرة بودرة سمك
٢ ملاعق كبيرة صلصة الصويا
٢ ملاعق كبيرة صلصة حلوة
٢ أعواد كُمبو أو قرفة

سمك السلمون بالطماطم

«بريطانيا»





المقادير

- ٤ قطع سمك السلمون
- ½ ملعقة صغيرة كزبرة جافة
- ٦ حبات طماطم كبيرة
- ¼ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- ٣ بصلات
- ¼ ملعقة صغيرة كمون
- ٦ حبات فلفل أحمر حار
- ¼ كوب زيت نباتي
- ١ ملعقة كبيرة ملح
- ١ ليمونة



طريقة العمل

١ ـ تقطع الطماطم والفلفل الحار والبصل إلى شرائح ثم يسخن الزيت ويضاف إليه البصل ويقلب حتى يذبل ثم يضاف إليه الفلفل ويقلب قليلاً.

٢ ـ تضاف الطماطم وتقلب مع البصل لمدة ١٠ دقائق تقريباً ثم يضاف عصير الليمون والملح والبهارات وتوضع عليه قطع السمك لمدة ٥ دقائق ثم تقلب على الوجه الآخر وتترك حتى تنضج.

٣ ـ يوضع السمك في طبق التقديم ويضاف إليه من الخلطة ويزين الطبق حسب الذوق.

الحبار المقلي
«إندونيسيا»



المقادير

- ٨ حبات حبار صغير
- ٣ فصوص ثوم
- ١ قطعة زنجبيل طازج ١سم
- ¼ ملعقة صغيرة فلفل أبيض
- ٥ ملاعق كبيرة زيت نباتي
- ٣ فلفل أحمر حار حسب الذوق
- ٢ ملعقة صغيرة ملح
- ½ ملعقة صغيرة ملح صيني

طريقة العمل

١ - يقطع الرأس من الحبار وينظف من الداخل ثم يملق مع ١ ملعقة صغيرة ملح لمدة ½ ساعة ثم يترك ليبرد ويسحب الجلد بالأصابع ثم ينظف بالماء ثم يقلب الحبار وينظف جيداً مرة أخرى.

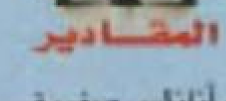
٢ - يقطع الحبار إلى حلقات بعرض ١سم ثم يدق الثوم مع ١ ملعقة صغيرة ملح و¼ ملعقة صغيرة فلفل أبيض والزنجبيل والفلفل حسب الرغبة والملح الصيني.

٣ - تتبل حلقات الحبار بالخلطة ويترك لمدة ١ ساعة على الأقل ليأخذ طعم الخلطة ثم يسخن الزيت ويضاف إلى الحبار مع الخلطة ويقلب لمدة ١٠ دقائق إلى أن يتحمر قليلاً ثم يسكب في طبق التقديم ويزين حسب الذوق ويقدم ساخن مع الأرز الأبيض والسميل بالطماطم.

الأسماك

المأكولات البحرية بالأناناس
«الصين»





المقادير

- ٤ حبات أناناس صغيرة
- $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة ملح صيني
- ٣ شرائح سمك متوسطة
- $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة نشا
- ١ كوب جمبري
- ١ بيضة متوسطة الحجم أو صغيرة
- ٣ لحم كابوريا حسب الرغبة
- $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة سكر
- ١ بصلة
- ١ كوب أرز طويل الحبة
- $\frac{1}{4}$ كوب زيت نباتي
- قطعة قصدير «ورق ألمنيوم» تناسب حجم الأناناس

طريقة العمل

١ - ينقع الأرز بماء ساخن ويسلق $\frac{3}{4}$ النضج ثم يصفى ثم تفتح حبات الأناناس من الأعلى ويُفرغ الجزء السفلي من الوسط ويترك حافة ١ سم تقريباً ويحتفظ بالغطاء العلوي.

٢ - يقطع السمك والجمبري والكابوريا والبصلة إلى قطع صغيرة ١ سم تقريباً، وتقطع أيضاً قطع الأناناس المستخرجة من حبات الأناناس.

٣ - يسخن الزيت ثم تضاف إليه قطع الأسماك ويضاف إليه الملح والملح الصيني والنشا أو تتبل الأسماك أولاً لمدة ١٥ دقيقة ثم تضاف إلى الزيت الساخن وتقلب لمدة $\frac{1}{2}$ ساعة أو إلى أن تنضج الأسماك ثم يضاف إليه قطع



الأناناس الصغيرة وتقلب معه لمدة ٢ دقيقتين ثم توضع الأسماك مع الأناناس على ورق نشاف.

٤ ـ تقلب البصلة المفرومة بنفس الزيت إذا عفى أو في مقدار ٣ ملاعق كبيرة زيت نباتي وتقلب إلى أن يذبل ثم تضاف البيضة المخفوقة وتقلب مع البصل حتى تنضج وتختلط بالبصل ثم يضاف الأرز المصفى ثم الأسماك وتقلب جيداً على نار هادئة لمدة ٥ دقائق.

٥ ـ تملأ حبات الأناناس بخلطة الأسماك بالأرز وتغطى الحبات بالقطعة العلوية ويلف الأناناس المحشي بالقصدير جيداً ثم توضع الحبات في صينية الفرن وتوضع الصينية في الفرن لمدة ٢٠ دقيقة تقريباً ثم توضع كل حبة أناناس في طبق التقديم ويزين الطبق ويقدم ساخن.



الأصداف بالصلصة الحارة

«الهند»



المقادير

- ١ كيلو أصداف أو بلح البحر
- ١ ملعقة صغيرة فلفل حار بودرة
- ½ ربطة كزبرة خضراء
- ١ فلفل أحمر حار
- ٥ حبات هيل
- ١ قطعة زنجبيل طازج ٤سم
- ١ ملعقة صغيرة ملح
- ٢ ورقات غار
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- ١ فص ثوم كبير
- ½ ملعقة صغيرة كمون
- ٢ ملعقة كبيرة زبدة
- ½ ملعقة صغيرة كركم
- ١ ليمونة

طريقة العمل

١ - تغسل الأصداف ثم تفتح بالسكين ويفرغ الجلد الأسود من الأصداف إن وجد وتغسل مرة أخرى للتأكد من نظافتها من الأتربة الموجودة بها ثم يسلق لمدة ٥ دقائق تقريباً مع ورق الغار وحبات الهيل.

٢ - يدق الثوم والزنجبيل والبهارات والملح والفلفل، وتفرم الكزبرة ناعماً، ثم يسخن الزيت وتضاف إليه خلطة الثوم لمدة دقيقة ثم يضاف ½ مقدار الكزبرة وتقلب قليلاً ثم يضاف إليها عصير الليمون ويرفع عن النار.

٣ - ترص الأصداف في طبق التقديم ويوضع مقدار ¼ ملعقة صغيرة من خلطة الثوم على كل صدفة ويزين الطبق بباقي الكزبرة.



السمك المقلي
«مصر، بلاد الشام»

المقادير

- ١ كيلو من السمك
- ١ رأس ثوم
- ١ كوب دقيق
- زيت للقلي
- ١ ملعقة كبيرة ملح
- ١ ملعقة كبيرة كمون
- ٢ ليمون كبير

طريقة العمل

١ - يغسل السمك جيداً ويقطّع إلى قطع إذا كان كبيراً أو يترك حسب الرغبة ثم يغسل بملعقتين من الدقيق ثم يشطف بالماء، ثم يقشر الثوم ويدق مع الملح والكمون ويضاف إلى السمك.

٢ - يعصر الليمون ويقطّع قشره إلى قطع صغيرة ثم يضاف إلى السمك ويقلّب السمك جيداً ويتبل ثم يترك لمدة ساعة تقريباً.

٣ - يوضع الدقيق في طبق ثم تغمس قطع السمك فيه ثم يسخن الزيت وتقلى القطع إلى أن تتحمر من الوجهين تحميراً خفيفاً ثم توضع القطع على ورق نشاف ليتصفى منه الزيت الزائد.

٤ - توضع القطع في طبق التقديم ثم يزين الطبق ويقدم معه سلطة الطحينة بالبقدونس ويمكن وضع ملعقة صغيرة من الثوم الناعم على قطع السمك بعد وضعها في طبق التقديم ويضاف عليها ملعقتين من زيت القلي الساخن ويرش عليه ملعقة صغيرة من السماق.

mahane

مشوي السمك

«بلاد الشام»



المقادير

- ٢ كيلو سمك متوسط الحجم بدون تقشير
- ١ ليمونة
- ٣ فصوص ثوم
- ١ ملعقة صغيرة كمون
- ١ ملعقة كبيرة ملح
- ١ ملعقة كبيرة زيت نباتي
- فحم

طريقة العمل

١ - يدق الثوم ويضاف إليه عصير الليمون والملح والكمون والزيت. تنزع الأحشاء من داخل السمك ويغسل ويصفى.

٢ - يتبل السمك بالخلطة ويترك لمدة ساعتين على الأقل ليأخذ طعم الخلطة ثم يوضع على الفحم لمدة ٥ دقائق لكل جهة ويقدم ساخن.



سمكة حرّة بالفرن

«لبنان»



المقادير

- ١ كيلو سمكة صامون كاملة
- ١ ملعقة صغيرة قرفة
- ١ كيلو طماطم مقطعة شرائح
- ٢ ليمون
- ½ كيلو بصل مقطع شرائح
- فلفل أسود
- رأس ثوم مفروم أو حسب الرغبة
- بهار أبيض
- ١ ربطة بقدونس مفروم
- كمّون
- ١ ربطة كزبرة مفرومة
- ½ كوب زيت زيتون
- ٢ حبة فلفل أخضر حار
- فلفل رومي
- ½ كوب خل التفاح

طريقة العمل

١ - تغسل السمكة جيداً وتنظف من الداخل ثم يضاف إليها الملح والبهار ثم يوضع عصير الليمون والخل ثم تترك في صينية الفرن إلى أن يجهز باقي المقادير.

٢ - يخلط البقدونس والكزبرة الخضراء مع البصل والثوم والفلفل المقطع وتضاف إليه البهارات ثم يحشى قليل منها في داخل السمكة.

٣ - تشرح السمكة بشكل مائل وتحشو من الحشوة في هذه الفتحات ثم نفرد شرائح الطماطم في الصينية ثم توضع السمكة المحشية ثم نضع باقي الخليط على وجه السمكة وتوضع في الفرن لمدة ٤٥ دقيقة أو إلى أن تنضج وتقدم في طبق التقديم ساخنة مع الأرز الأصفر بالكركم.

سمكة بالفرن مع الخضار

«مصر»





المقادير

- ١ سمكة كبيرة الحجم
- ١ رأس سمكة كبيرة أو سمكة متوسطة
- ٢ كوب خضار مشكلة
- ٤ بصلات
- ½ ربطة بقدونس
- ½ ربطة كرفس
- ٥ حبات ليمون
- ١ حبة طماطم كبيرة
- ٣ ملاعق كبيرة زيت زيتون
- فلفل أسود حب
- ٣ ورق غار
- ١ بصلة
- ١ رأس ثوم
- ٢ ملعقة كبيرة ملح
- ١ جزر
- فلفل أبيض
- ٢ ملعقة كبيرة خل
- كمّون

طريقة العمل

١- يوضع رأس السمكة أو السمكة المتوسطة في قدر ويضاف عليها ٣ أكواب من الماء وثم يقطع الجزر وبصلتان مكعبات تضاف إلى رأس السمكة ثم يضاف ملعقة ملح وملعقة خل وحبيبات الفلفل الأسود وورق الغار ثم يسلق الرأس إلى أن ينضج.

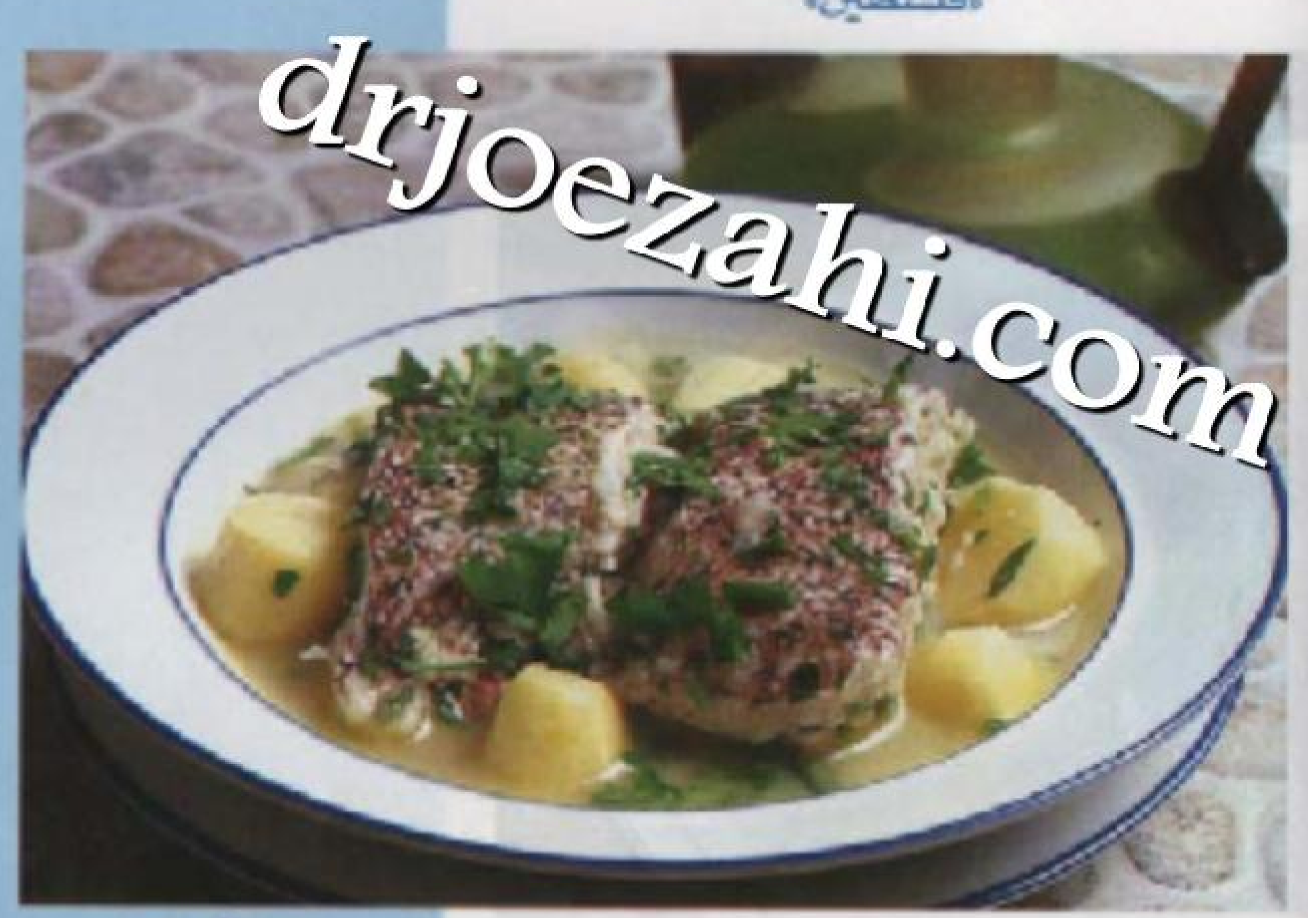
٢- يقطّع ١ بصلة قطعاً صغيرة ثم يفرم البقدونس والكرفس ثم يضاف إلى الخضار المشكلة ثم يضاف الملح وعصير ليمونتين و٢ ملعقة خل وزيت الزيتون وملعقة كبيرة من الثوم الناعم و¼ ملعقة فلفل أبيض و½ ملعقة كمون ويقلّب الجميع جيداً.

٣- توضع السمكة في صينية الفرن ثم تضاف الخضار المشكلة حول السمكة ثم تقطّع بصلتان إلى شرائح ويقطّع الطماطم والليمون كذلك إلى شرائح ويرص بالتتابع البصل والطماطم والليمون ثم يرش قليل من الملح ومن زيت الزيتون ومن الفلفل الأبيض.

٤- يصفى مقدار ٢ كوب من ماء السلق وتضاف إلى السمكة وتغطّى بورق الزبدة ثم بورق الألمنيوم ثم توضع في الفرن مدة ١٥ دقيقة تقريباً ثم تزين بالبقدونس وتقدم ساخنة مع الأرز.

صينية السمك بالفرن

«فلسطين»



المقادير

- ١ كيلو سمك
- ١ رأس ثوم
- ½ كوب زيت زيتون
- ١ ملعقة كبيرة ملح
- ٢ ليمون
- ١ ملعقة كبيرة كمون
- ½ ربطة بقدونس مفروم
- ٤ ملاعق دقيق
- ٤ حبات بطاطس

طريقة العمل

١ - يغسل السمك جيداً ويقطع ثم يغسل بالدقيق ويشطف بالماء ثم يقشر الثوم ويدق مع الملح والكمون ثم يضاف إلى الثوم عصير الليمون ثم يتبل السمك بالثوم ويترك لمدة ساعة.

٢ - يوضع السمك في صينية الفرن مع القنطة ثم يوضع البقدونس المفروم ويقشر البطاطس ويقطع إلى مكعبات كبيرة وتوضع أيضاً على السمك.

٣ - يضاف زيت الزيتون على السمك ويقلب الجميع ثم توضع الصينية بالفرن لمدة ½ ساعة ثم تقدم في نفس الصينية وتزين ويقدم معها الأرز الأبيض.

صيادية السمك
«فلسطين»





المقادير

- ٢ سمك أي نوع قليل الحسك متوسط الحجم
- ١ رأس ثوم
- ١ ملعقة كبيرة ملح
- ٢ ليمون حجم كبير
- ١ ملعقة صغيرة كمون
- ٣ أكواب أرز مصري
- ١ ملعقة صغيرة بهار مشكل
- ٢ ملعقة كبيرة سمن
- ½ كوب دقيق

طريقة العمل

١ ـ يغسل السمك ثم يقطع إلى ثلاث أو أربع قطع ثم يسكب عليه عصير الليمون، ثم يقشر الثوم ويدق مع الملح و ¼ ملعقة كمون و½ ملعقة بهار مشكل ثم يتبل به السمك ويترك لمدة ساعة تقريباً.

٢ ـ يوضع الدقيق في طبق مفرود ثم يغمس به قطع السمك وتقلى في زيت ساخن حتى تحمر ثم يوضع على ورق ليمتص الزيت.

٣ ـ يغسل الأرز ثم يرش قليلاً منه في قاع القدر ثم ترص قطع السمك المقلية ويرش عليها ½ ملعقة كمون و½ ملعقة بهار و½ ملعقة ملح ثم يضاف الأرز على السمك ثم يغطى بطبق مفرود بعد ذلك يضاف عليه ٣ أكواب من الماء المغلي



بحيث يكون ارتفاع الماء عن سطح الأرز ٢ سم تقريباً.

٤ - يمكن إضافة ١ بصلة محمرة مع ١ طماطم صغيرة وتقلب مع البصل ثم يضاف على السمك في القدر ثم يضاف عليه الأرز والماء المغلي.

٥ - يوضع القدر على نار معتدلة لمدة ٥ دقائق ثم تخفض الحرارة ويترك إلى أن ينضج الأرز.

٦ - يسخن السمن ثم يضاف على الأرز ويرفع القدر عن النار ويترك مغطى لمدة ١٠ دقائق ثم يوضع طبق مناسب للقدر ثم يقلب الأرز في الطبق ويترك قليلاً ثم يرفع القدر بحرص حتى لا تتفكك الصيادية وإذا بقي بعض قطع السمك يمكن رفعها بملعقة ووضعها على وجه الطبق ويقدم ساخن مع سلطة الطحينة بالبقدونس.

صيادية

«السعودية، مصر»



المقادير

- ٢ سمك أي نوع متوسط الحجم
- ٣ ملعقة صغيرة ملح
- ٣ أكواب أرز طويل الحبة
- ١ ملعقة صغيرة بهار مشكل
- ٣ حبات بصل كبير الحجم
- ١ ملعقة صغيرة كمون
- ¼ كوب زيت نباتي
- ٣ حبة ليمون

طريقة العمل

١ ـ يغسل السمك جيداً ثم يقطع إلى ٢ أو ٤ قطع ثم يضاف إليه ملعقة ملح و½ ملعقة كمون و½ ملعقة بهار مشكل وعصير الليمون ثم يترك لمدة ساعة.

٢ ـ يقطع البصل شرائح ويقلب في الزيت إلى أن يصبح لونه بني ويحرص على أن لا يحترق ثم يوضع في الخلاّط أو يدق جيداً ثم يوضع في مقدار ٣½ أكواب من الماء المغلي ويضاف إليه ملعقة من الملح وباقي البهارات والكمون ثم يترك حتى يغلي لمدة ١٠ دقائق.

٣ ـ يغسل الأرز ويصفى ثم يضاف إلى البصل بحيث يكون ارتفاع الماء عن سطح الأرز ٣ سم تقريباً أو أقل ثم يغطى القدر وتخفض الحرارة ويترك على النار لمدة ٤٥ دقيقة ثم يرفع القدر عن النار.

٤ ـ تقلى قطع السمك في زيت ساخن وتحمر من الوجهين جيداً ثم توضع على ورق لتصفي منها الزيت الزائد ثم يغرف الأرز في طبق التقديم ثم توضع قطع السمك فوقه ثم يزين الطبق حسب الرغبة ويقدم ساخناً مع سلطة الطحينة بالخل بدل الليمون.

السمك بالتمر الهندي

«السعودية»



المقادير

1 سمكة كبيرة

1 رأس ثوم

2 كوب تمر هندي مصفى (حُمر)

1 ملعقة صغيرة ملح

2 بصل

1 ملعقة صغيرة كمون

¼ كوب زيت نباتي

½ ملعقة صغيرة بهار مشكل

طريقة العمل

1 - تغسل السمكة بملعقة من الدقيق لتتخلص من رائحة السمك ثم تشطف بالماء وتترك لتتصفى ثم يدق الثوم مع ملعقة من الملح ونصف كمية الكمون ونصف كمية البهارات وتتبل به السمكة من الداخل والخارج وتترك لمدة ساعة.

2 - يفرم البصل ناعماً ويشرك بملعقة من الملح وباقي البهارات والكمون ثم نحشي به السمكة وتوضع في صينية الفرن.

3 - يسكب التمر الهندي المصفى على السمكة في الصينية ثم توضع في الفرن حتى تنضج لمدة ٢٠ دقيقة تقريباً ثم تقدم ساخنة مع الأرز الأبيض.

الأرز باللخم (سمك قرش مجفف)

«اليمن - حضرموت»



المقادير

- ٤ قطع من اللخم
- ١ ملعقة صغيرة ملح
- ٣ أكواب أرز طويل الحبة
- ٥ حبات هيل
- ٣ حبات طماطم
- ١ بصلة كبيرة
- ٢ ملاعق كبيرة سمن

طريقة العمل

١ - تنقع قطع اللخم في ماء دافىء لمدة ٤ ساعات تقريباً، ثم ينظف وينزع الجلد ويوضع في قدر ويضاف إليه مقدار من الماء، ثم تترك حتى تغلي لمدة ١٠ دقائق ثم يرفع القدر عن النار ويصفى اللخم.

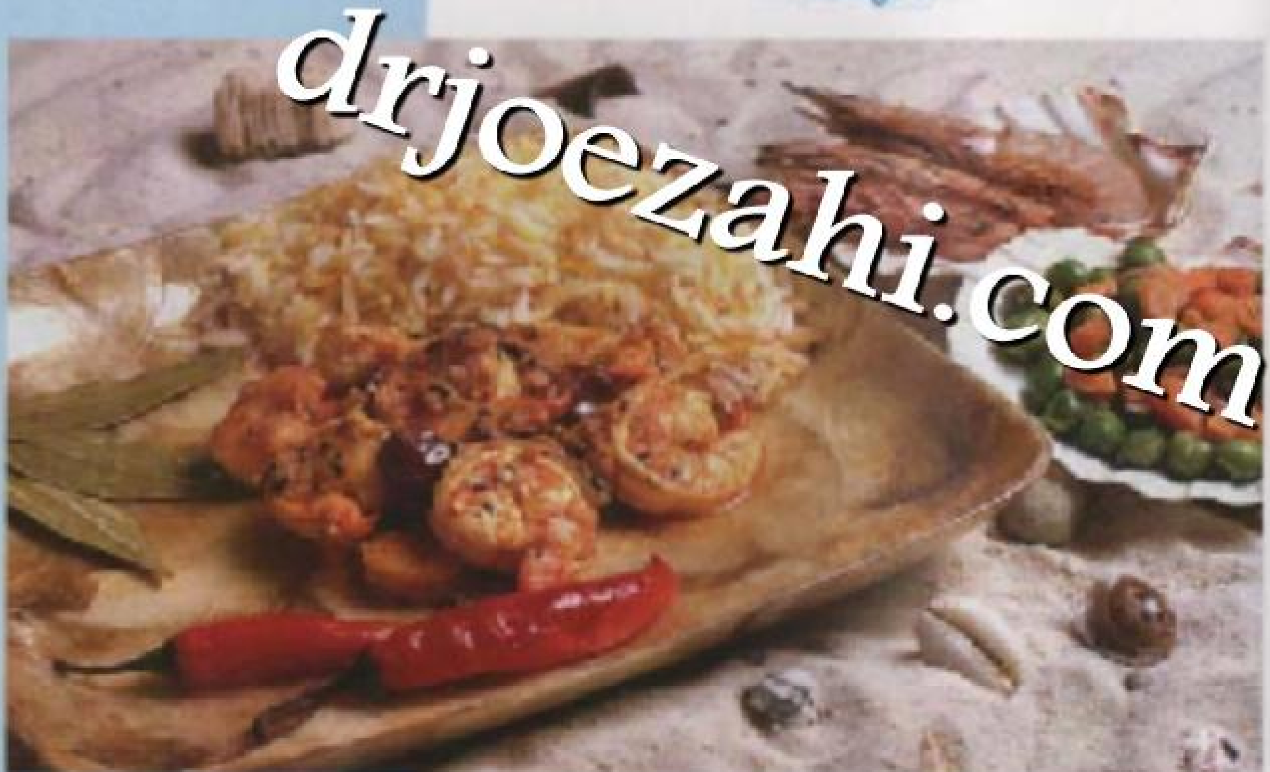
٢ - يفرم البصل ناعماً ويقلب بالسمن حتى يذبل ثم تضاف إليه قطع اللخم ويقلب، ثم يقطع الطماطم إلى قطع صغيرة أو يخلط بالخلاط ثم يضاف إلى القدر مع الهيل ويترك قليلاً على نار هادئة.

٣ - يضاف الأرز مغسول ومصفى، ثم يضاف إليه مقدار من الماء المغلي بحيث يكون ارتفاع الماء على سطح الأرز ٢سم مع ملاحظة طعم الملح في الأرز قبل إضافة الملح لأن اللخم مالح فإذا احتاج يمكن إضافة القليل أو حسب الذوق، يترك القدر على نار هادئة إلى أن ينضج الأرز.

٤ - يمكن إضافة ٣ فلفل أخضر حار مع الأرز بدون تقطيع، ثم يغرف في طبق التقديم.

الجمبري الحار

«الهند»





المقـــادير

- ½ كيلو جمبري كبير
- ٦ حبات من ورق الغار
- ٤ فصوص ثوم
- ١ ملعقة صغيرة حبة سوداء
- ٢ ملعقة صغيرة خل
- ¼ ملعقة صغيرة كركم
- ٤ حبات فلفل أحمر مجفف
- ١ ملعقة صغيرة ملح
- ٣ ملاعق كبيرة زيت نباتي
- ١½ ملعقة صغيرة فلفل أحمر حار

طريقة العمــل

١ - يمكن شراء الجمبري بدون قشر بحيث ينظف من الظهر فقط بنزع الخيط الترابي ثم ينظف بقليل من الدقيق ثم يشطف بالماء ويصفى.

٢ - يضاف الكركم والفلفل الحار البودرة والملح والخل إلى الجمبري ثم يخلط الجميع جيداً.

٣ - يسخن الزيت في مقلاة ثم ترفع المقلاة عن النار ثم يوضع فيها حبة البركة والثوم الناعم والفلفل الأحمر الحار وورق الغار وتغطى المقلاة وتترك حتى تبرد لمدة دقيقتين ثم توضع المقلاة مرة أخرى على نار معتدلة ثم يضاف الجمبري ويقلّب بين الحين والآخر لمدة ١٠ دقائق ثم تخفض الحرارة وتغطى المقلاة وتترك لمدة ٥ دقائق ثم يسكب في طبق التقديم ويقدم ساخناً مع الأرز والسلطة الخضراء.

nahane

روبيـــان «الخليج»





المقـــادير

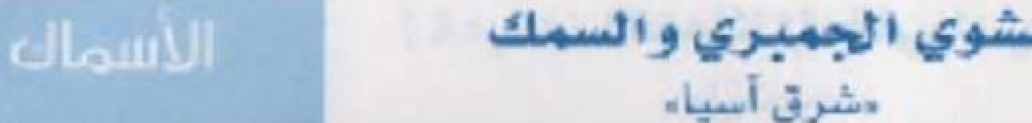
- ١ كيلو روبيان
- ٢ بصلات شرائح
- ١ ربطة كزبرة خضراء مفرومة
- ½ ملعقة صغيرة قرفة
- ½ ملعقة صغيرة جوز الطيب
- ١ ملعقة صغيرة ثوم ناعم
- ١ ملعقة كبيرة زنجبيل أخضر أو جاف
- ١ ملعقة صغيرة ملح

طريقة العمـل

١ـ ينظف الروبيان من الظهر ثم ينزع منه الحبل الموجود في ظهره برأس السكينة ثم يغسل جيداً ثم يقلّب البصل في ٣ ملاعق كبيرة من الزيت.

٢ـ يضاف الثوم الناعم إلى البصل ثم يضاف الروبيان ويقلّب الجميع جيداً ويترك على نار هادئة إلى أن ينضج الروبيان لمدة ١٠ دقائق تقريباً.

٣ـ يضاف الملح والبهارات الناعمة من الزنجبيل والقرفة وجوز الطيب والكزبرة إلى الروبيان ويقلّب الجميع ثم يسكب في طبق ويزين حسب الرغبة أو يزين بالأرز الأبيض على وجهه ثم يقدم ساخناً.





طريقة العمل

١ - يقطع السمك إلى مكعبات ٣سم × ٣سم، ويقشر الجمبري وينزع الحبل الترابي أو يترك القشر حسب الرغبة، ويدق الثوم ويضاف الملح والفلفل الأسود وصلصة الصويا والملح الصيني ويقلب مع السمك والجمبري ويترك طول الليل ليأخذ طعم الخلطة.

٢ - تقطع الطماطم والفلفل الرومي إلى مكعبات بنفس حجم قطع السمك وتغرز بالتتابع في الأعواد سمك ثم طماطم أو فلفل وجمبري وهكذا ثم توضع أعواد السمك على الفحم لمدة ٥ دقائق ثم ترفع عن الفحم وتوضع على طبق التقديم مع سلطات بالمايونيز أو الطرطر حسب الذوق ويقدم ساخن.



المقادير

- ١ كيلو شرائح سمك هامور أو ناجل
- ½ كيلو جمبري
- ½ رأس ثوم
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- ١ ملعقة كبيرة ملح
- ½ ملعقة صغيرة ملح صيني (أجينوموتو)
- ١ ملعقة كبيرة صلصة الصويا
- ٣ حبة طماطم
- ٢ حبة فلفل رومي
- أعواد خشبية للشواء
- فحم

السمك المقلي

«المغرب»



المقادير

- ٢ سمك من أي الأنواع
- $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة فلفل حار
- ٥ ملاعق زيت زيتون
- $\frac{1}{2}$ ملعقة فلفل أحمر حلو
- ٢ ليمون
- زيت للقلي
- $\frac{1}{2}$ ربطة كزبرة خضراء
- ١ رأس ثوم
- $\frac{1}{2}$ كوب دقيق
- ١ ملعقة كبيرة كمون
- $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة زعفران

طريقة العمل

١ - تفرم الكزبرة ويدق الثوم ثم يضاف الليمون والكزبرة والثوم وباقي البهارات وزيت الزيتون ويقلّب الجميع جيداً.

٢ - تقطع السمكات إلى قطع حسب الرغبة وتغسل بقليل من الدقيق ثم تشطف بالماء وتصفى ثم تضاف إليه الخلطة ويترك ليتبل لمدة ساعتين أو أقل.

٣ - يسخن زيت القلي ثم تغمس قطع السمك بالدقيق على الوجهين ثم توضع في الزيت على النار وتحمر من الوجهين ثم توضع على ورق نشاف ثم ترص في طبق التقديم وتزين بالليمون ويقدم معها أرز أو بطاطس ويمكن وضع السمكة كاملة مع الخلطة بدون الدقيق في صينية الفرن وتوضع في الفرن لمدة $\frac{1}{2}$ ساعة بدلاً من القلي وتقدم الصينية ساخنة مع الأرز الأبيض.

مشوي السمك بالنخالة (الردة)

«مصر»



طريقة العمل

١ ـ تنزع أحشاء الأسماك ويدق الثوم ويضاف إليه الملح والبهارات ثم تتبل الأسماك بالخلطة من الداخل ثم تغمس بالنخالة على الوجهين وتترك قليلاً.

٢ ـ توضع الأسماك على سلك الشواية وتوضع على الفحم وتقلب على الوجهين لمدة ١٠ دقائق لأن الأسماك تنضج بسرعة وتوضع على طبق التقديم وتنزع القشرة أثناء الأكل ويقدم معه سلطة الطحينة أو سلطة الخل والثوم حسب الذوق.

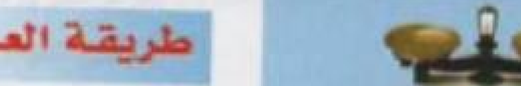
المقادير

- ٢ كيلو سمك تاجل أو عربي أو بوري بدون تقشير
- ١ ملعقة كبيرة ملح
- ١ ملعقة صغيرة كمون
- ٣ فصوص ثوم
- ١ ملعقة صغيرة كزبرة جافة
- ١ كوب نخالة
- فحم

السردين المشوي
«بلاد الشام»

المقـــادير

- ١ كيلو سمك سردين
- ٣ فصوص ثوم
- ١ ملعقة كبيرة ملح
- $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة كمون
- ٢ ملعقة كبيرة زعتر ورق
- فحم



طريقة العمـل

١ ـ تقشر أسماك السردين، ويدق الثوم ويضاف إليه الملح والكمون، وتُدق ١ ملعقة زعتر ثم تضاف إلى خليط الثوم ثم تتبل الأسماك بالخلطة وتترك لمدة ١ ساعة.

٢ ـ توضع الأسماك على سلك الشواية وتوضع على الفحم وتقلب على الوجهين ثم توضع على طبق التقديم ويرش عليه ورق الزعتر فور نضوجه بعد وضعه على طبق التقديم ويقدم ساخن.